



UTMANAREN 2 & DISTANS KM SÖNDAG 19/4 2026

Vad är Utmanaren?

Läs mer om vad utmanaren är → [Klicka här](#)

Tävlingsavgift:

50 kr/dag (faktureras i efterhand)

Information simmare

Samling:

08:00 Gustavsviksbadet

Entré:

Ingång sker via Gymentrén

Insim:

Skär mellan 08:00-08:45

**Uppvisning av
tävlingsstart:**

08:50 visar vi en start både från pall och i vattnet, så man vet hur det går till.

Hejaramsa:

08:55 kör vi ÖSAs hejaramsa, viktigt att alla simmare är med!

Tävlingsstart:

09:00 (beräknas vara klart ca. kl 12:00)

Anmälan:

Senast **onsdag 15/4 kl 23:59** till via formuläret → [klicka här](#)

**Förtydligande gällande
distans-KM**

Från det år simmaren fyller 13 år får simmaren delta i distans-KM, kriterier för deltagande är att man har klarat av nedanstående tider för respektive gren:

- 200m bröstsim, simmat 100m bröstsim under 1,35
- 800m frisim, simmat 100m frisim under 1,15 eller 400m frisim under 6 minuter.

Klubbmästare: Blir den i respektive åldersgrupp och kön som får mest AQUA-poäng, efter att samtliga distans-KM under året har genomförts.

Åldersgrupper: 13–14 år, 15–16 år, 17 år och äldre.

Grenordning

Se nästa sida

Deltagarlista/startlista:

Skickas ut samt publiceras på hemsidan torsdag 10 april

Information funktionärer

För att kunna genomföra tävlingen så behöver vi funktionärer, anmäl er som funktionär, fiket eller för att tvätta funktionärskläder → [klicka här](#)

Funktionärssamling: 08:00 för briefing och genomgång.

Information publik

Bjud med familj, släktingar mm. Alla är välkomna att titta på!
Vi säljer gott fika under tävlingen! Entré, se ovan.

Grenordning Utmanaren 2 & Distans-KM söndag 19/4 2026

Gren 1. 100m fjäril mixed	Utmanaren
Gren 2. 50m fjäril mixed	Utmanaren
Gren 3. 25m fjäril mixed	Utmanaren

Gren 4. 100m ryggsim mixed	Utmanaren
Gren 5. 50m ryggsim mixed	Utmanaren
Gren 6. 25m. ryggsim mixed	Utmanaren

Paus – ca 15 min

Gren 7. 200m bröstsim damer	Distans-KM
Gren 8. 200m bröstsim herrar	Distans-KM
Gren 9. 100m bröstsim mixed	Utmanaren
Gren 10. 50m bröstsim mixed	Utmanaren
Gren 11. 25m bröstsim mixed	Utmanaren

Gren 12. 100m frisim mixed	Utmanaren
Gren 13. 50m frisim mixed	Utmanaren
Gren 14. 25m frisim mixed	Utmanaren

Paus – ca 15 min

Gren 15. 200m medley mixed	Utmanaren
Gren 16. 100m medley mixed	Utmanaren

Gren 17. 800m frisim damer	Distans-KM
Gren 18. 800m frisim herrar	Distans-KM

ÖSA's Hejarramsa

"Vi är coola vi är balla, vi kan simma från er alla"

"Vi är ÖSA, vi är blå, vi är dom som simmar på!"

"H2O! (tjejerna), Örebro! (killarna)"

"H2O! (tjejerna), Örebro! (killarna)"

"ÅÅÅÅÅ ÅÖSA!"